



三木高大 自治会新聞

令和 8 年 9 月号 (No.193)

発行 三木市高齢者大学学生自治会

発行責任者 自治会会長 谷口 邦一

編集者 自治会新聞編集委員会

発行日 2026 年 (令和 8 年) 9 月 15 日

<http://koureisyaigaigaku.cccp.jp>

第 1 回スポーツフェスティバル開催される！！

令和 8 年 7 月 1 日「第 1 回スポーツフェスティバル」が開催されました。

皆様楽しんでいただけたでしょうか。健康づくりと学生間の親睦を深め団結力を高めることを目的とし、また新 1 年生の歓迎を兼ねて 7 年ぶりとなる体育祭に代わる「スポーツフェスティバル」を企画しました。全員が参加できる内容の競技で、スピードは競わない事を前提として、4 月以降実行委員会で競技種目を検討、準備してまいりました。

いよいよ当日、開会式・準備体操に始まり、1 番目の種目は輪投げ、2 番目の勝ち抜きジャンケンゲームになると会場は大いに盛り上がりました。キャッチボールゲーム・ホールインワンゲーム・明日天気になーれと進行し、いよいよ最後の種目玉入れで 4 年生の逆転優勝が決まりました。4 年生の皆様優勝おめでとうございます。

実行委員の皆様、サポーターの皆様ご苦労様でした。



順位	学年	得点	順位	学年	得点
優勝	4 年	47 点	準優勝	2 年	37 点
3 位	3 年	28 点	4 位	1 年	23 点

スポーツフェスティバル実行委員長 3 年 3 班 細見 明夫





令和8年度 グラウンド・ゴルフ大会のご案内

「スポーツの秋 一緒に楽しみましょう！！」

皆さん、お待たせしました。

心と身体のリフレッシュに、みんなで楽しくグラウンドゴルフをしましょう！！ グラウンドゴルフは年齢、性別、経験を問わず誰でも気軽に楽しめるスポーツです。青空の下で体を動かしながら、仲間との交流を深めましょう。今年も個人賞、団体賞、ホールインワン賞、B.B 賞を用意しています。入賞を目指して頑張ってください。

- 1：開催日時 令和8年11月5日（木）午前9時スタート
雨天の場合 11月6日（金）
- 2：開催場所 三木総合防災公園グラウンド・ゴルフ場
- 3：開催内容 1ラウンド8コースとして2ラウンド実施
グラウンド・ゴルフ大会実行委員長 3年4班 藤田 繁



ひろば

「初めてのスポーツフェスティバル」

三木高齢者大学に入学して早3か月が過ぎました。

この3ヶ月、この目まぐるしかったことと言ったら、私だけでしょうか？慣れる前から、なんだかとても忙しくて疲れることばかり、これからの4年間をやり遂げられるのか、とても不安でした。

この度、自治会主催の「スポーツフェスティバル」があり、案内を見ると成程高齢者のできる種目ばかりで納得した次第、これで盛り上がるの？

これは見事に予想を裏切られました。また、1年生各班長をはじめ、各担当者たちは見事な連携を果たし、当日は練習もないまま、出場者は各種目に勝つことに熱中していました。それに呼応して応援団も凄かった！ 大声で声援した仲間、ポンポンをたくさん作ってきてくれた人、ドリンクの空容器で鳴り物作ってきた人、重いカメラでみんなを撮影してくれた人、カスタネット、タンバリン等々、応援団長に合わせて1年生はいつの間にか一丸となっていました。このフェスティバルは1年生クラスの団結力を確実に高めました。皆さん！これからも元気で、仲良く、楽しくをモットーに学生生活を送りましょうね。



1年2班 中村 弘恵

専門講座「古典学科」

「ようこそ古典学科へ」



数年前の大河ドラマ『光る君へ』に描かれた華やかな王朝貴族の暮らしぶりや女性たちの恋と仕事。一年間録画して何度も見ていたその「源氏物語」の奥深い世界を、現在古典学科で味わっています。

講師の黒田先生による丁寧な解説の後、受講生みんなで声を合わせて音読するのがこの講座の醍醐味ではないでしょうか。声に出すことにより物語の味わいや言葉のリズムが一層深まります。「源氏物語」は単なる光源氏の恋物語ではありません。人間関係の機微や出世にまつわる力関係、さらには宮仕えする女性の生き方まで千年前の作品とは思えないほど現代に通じるテーマが満載です。

AI 紫式部さんに出会って「どうしたらこんな複雑な人間関係やテーマがさっと執筆できたのですか？」とインタビューしたいくらいです。

1学期は、35歳ほどの男盛りとなって光源氏が登場する「玉かづら」を読んでいるところです。漫画『あさきゆめみし』や展覧会など、今やさまざまな形で触れられる世界初の長編小説です。千年の時を超えて響く古典の世界を今後も楽しんでまいります。

2年4班 浜村 美恵子



専門講座「園芸学科」

「これからやってみたいこと」



皆さんは「ほったらかし農法（自然農法）」をご存知でしょうか。耕さず、肥料や農薬を使わず、水やりもほとんどしないという、自然の力に任せた栽培方法です。枯草が肥料となり、雑草が日差しから野菜を守り、農薬を使わないことで多様な生き物が集まり、カマキリやトカゲが害虫を抑えてくれるなど、自然の循環を活かした環境にやさしい農法だと授業で学びました。

私は土いじりは好きなのに、ミミズや青虫が苦手な園芸は無理だと思い込んでいました。しかし、この農法を知り「これなら私にもできるかもしれない」と感じ、今年度は迷わず園芸学科を選びました。

講座では野菜や花の育て方、病虫害の知識など基礎から幅広く学べます。先生のユーモアのある説明や、生徒さんの熱心な質問で毎回楽しく、雄花と雌花の違いも知らなかった私にも丁寧に教えて下さいます。園芸の世界がぐっと身近になりました。

幸い我が家にはほったらかしの畑があるので、9月には冬野菜の種をまいて挑戦するつもりです。この農法で育った野菜は甘くて美味しいと聞き、今から収穫が楽しみです。最初から上手くいくとは思いますが、わくわくしながら新しい目標として野菜づくりに取り組んでみたいと思います。

2年3班 前田 絹代



学年通信

「元気で頑張る 3 年生！！」

4月24日、学年研修で「出石」と養父市の「明延鉱山」を訪ねました。出石に着くや、出石そばで腹ごしらえしたあと、近畿最古の芝居小屋「永楽館」へ。ここは明治34年に開業し、昭和39年には娯楽の多様化などにより閉館となりました。平成20年の大改修にて44年ぶりに復活、平成26年には兵庫県指定有形文化財に指定されました。特に舞台では人力で廻す「回り舞台」や「せり」に歴史を感じさせられました。

その後足早に、1300年前に開山された明延鉱山へ。私は体調不良で中には入りませんでしたが、皆さんはヘルメットを着用し、暗い坑道内に入ってガイドさんの説明を熱心に聞きながら、あちこち覗き込んで見学されました。皆さんは口も足もお達者です。

次に7月1日、事情で中止されていた体育祭に代えて7年ぶりとなる「スポーツフェスティバル」が開催されました。3年生は取りまとめ役なので、準備から開催まで大変でしたが、学年全員が一丸となり、また、皆さんの多大なご協力を得て実現にこぎつけました。当日は予想以上に盛り上がり、皆様に喜んで頂き、大成功！ 3年生が一丸となって取り組んだ一大事業。

大きな思い出となりました。



3年3班 灘本 和子

ひろば



「高大に入ってよかった！！」

高齢者大学に入って、早くももう4年目。短い時間だったのに思い出はいっぱい。私はぶっきらぼうで人付き合いが苦手ですが、クラスの皆さんは親しく接してくださり、講座の時間はもちろん、昼食時間でも、外でのグラウンドゴルフや研修旅行でも、みんなと一緒に和気あいあいと楽しんでいます。更に体力維持のためと思って入部したラージボールクラブでは、他の学年の皆さんやOBの方たちとも子どものようにしゃぎ、活動時間の3時間があっという間に過ぎてしまいます。卓球は昔やっていたので「簡単！！」と思っていたのですが、素早く動き回る球のスピードは子どもの頃と違い、思いのほか速くて目がついていかず、足も手も思うように動いてくれず、口を動かすのが精いっぱい（笑）。4年目の今でも腕前はまだまだですが、顔はにこにこ、心の中では、「今に見てろ・・・」の心境であります。このように新しい仲間に出会え、元気をいっぱいもらって、充実した日々を送っているところです。



4年2班 金盛 繁夫